

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße



39. KW 23.09 - 28.09.2019

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag
11.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Ausgabe Mittagstisch
11.15 Uhr bis 14.00 Uhr

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

St.-Georg-Str. 104 - 107
18055 Rostock

KONTAKT

Frau Petra Martini, Mensaleiter Mensa
St.-Georg-Straße
Tel.: 0381 / 4592 770
Fax: 0381 / 459 294 22
E-Mail: p.martini@stw-rw.de

Montag 23.09.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Blumenkohlsuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi)
Blumenkohlsuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi)
Tintenfischringe in Backteig (1 8 Fi GI Wt)
Knobi-Dip (vegetarisch) (La Mi)
Hähnchenstreifen in Rahmspinat (La Mi)
paniertes Putenschnitzel (GI)
Rindfleisch-Patty mit Cheddarkäse (La Mi)
Burgerauflage (1 2 9)
ganzes Hamburgerbrötchen (GI Se)
1 Quinoa-Erbesen-Frikadelle (vegan) (SI)
2 Quinoa-Erbesen-Frikadellen (vegan) (SI)
frische Champignons und Lauch mit Sauce (vegan) (So)
Gyros-Reispfanne (So)
Tzatziki (2 9 Ei GI La Mi Sf)
Tomatensauce mit Frischkäse (vegetarisch) (La Mi)
Spitzkohl mit Paprika (vegan)

Dienstag 24.09.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Paprika-Zucchinisuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi)
Paprika-Zucchinisuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi)
Seelachsfilet, gebraten (Fi GI)
Hühnerfrikassee (La Mi)
Schnitzel mit italienischen Kräutern (Ei GI)
Kohlroulade, dazu Sauce (GI)
vier Gemüse Gouda Knusperstäbchen (vegetarisch) (Ei GI La Mi SI)
Kichererbsen-Gemüse-Pfanne (vegan) (SI So)
ein Pancake (Ei GI La Mi)
Paprikasauce mit Putenstreifen und Mais (La Mi SI So)
Blattspinat (vegetarisch) (La Mi)

39. KW 23.09 - 28.09.2019

Mittwoch 25.09.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Linsen-Kokossuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi SI)
Linsen-Kokossuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi SI)
Seelachsfilet in Knusperpanade (Fi GI)
Landhähnchenbrustfilet (2)
Putenpfanne süß-sauer (GI So)
Spare Ribs (2 GI Sf So)
zwei Gemüse-Knusperringel (vegan) (GI SI)
Broccoli in Erbsensauce mit Walnüssen (vegan) (Nu So)
Schupfnudel-Sauerkrautpfanne mit Salami (1 2 3 Ei GI La Mi)
Zucchini-Tomatensauce mit Hirtenkäse (vegetarisch) (La Mi)
Wurzelgemüse (vegan) (SI)

Donnerstag 26.09.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Pilzsuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi)
Pilzsuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi)
Lachslasagne mit Spinat (Ei Fi GI La Mi)
Putencurrybratwurst mit Curryketchup (3 8 9 Sf)
Hackbraten mit Sauce (9 Ei GI La Mi Sf)
Nudelauflauf mit Erbsen, Champignons und Schinken (2 3 8 GI La Mi)
Gemüse mit Couscous und Nüssen (vegan) (GI Nu)
Soja-Joghurt-Dip mit Mango (3 So)
Broccoli-Nußecke (vegan) (GI Nu SI)
Bohneneintopf weiss mit Bauchspeck (2 3 5 8 SI Sw)
Bockwurst (2 3 8)
Asianudeln mit Gemüse (vegan) (GI Se So)
scharfes Gemüse mit Kokosmilch (vegan) (Se SI)

Freitag 27.09.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Möhren-Ingwersuppe 250ml (vegan)
Möhren-Ingwersuppe 800ml (vegan)
Seehechtfilet in Zitronen-Kräuterpanade (Fi GI La Mi Sf)
Severiner Putensteak natur (GI)

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

39. KW 23.09 - 28.09.2019

Freitag 27.09.2019

Hähnchenschenkel, gegrillt

Kasslersteak (2 3)

Kartoffel-Blumenkohlaufauf (vegetarisch) (5 GI La Mi Sw)

Soja-Gyros mit Tzatziki (vegan) (Sf SI So)

ein Brathering ohne Mittelgräte (9 Fi GI)

zwei Bratheringe ohne Mittelgräte (9 Fi GI)

Bratkartoffeln (vegan) (3 5 Sw)

Tomatensauce mit frischen Champignons (vegan) (So)

Möhren (vegetarisch) (La Mi)

Samstag 28.09.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Hinweise

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.
Die Beilagenangebote und deren Preise entnehmen Sie bitte den Speiseinformationssystemen in den Verpflegungsbetrieben.

Änderungen vorbehalten!

Zum Würzen verwenden wir jodiertes Speisesalz

Wir arbeiten tatkräftig an der Kennzeichnung der in den verwendeten Lebensmitteln enthaltenen Allergene und Zusatzstoffe. Die Angaben entnehmen wir den von Herstellern und Lieferanten zur Verfügung gestellten Produktdatenblättern. Für die Vollständigkeit dieser Angaben übernimmt das Studierendenwerk Rostock-Wismar keine Gewähr. Die Kennzeichnung ist über unsere Speiseinformationssysteme in den Mensen ausgewiesen.

ALLERGENE

Ei Hühnerei*	En Erdnüsse*	Fi Fische*	GI glutenhaltiges Getreide*
Kr Krebstiere*	La Laktose*	Lu Lupinen*	Mi Milch*
Nu Schalenfrüchte (Nüsse)*	Sw Schwefeldioxid und Sulfite (SO ₂)*	So Soja*	SI Sellerie*
Sf Senf*	Se Sesam*		Wt Weichtiere*

*und daraus hergestellte Erzeugnisse

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff	2 mit Konservierungsstoff	3 mit Antioxidationsmittel	4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt	6 geschwärzt	7 gewachst	8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel	10 enthält eine Phenylalaninquelle		

Fragen und Antworten zum Thema Allergene und Zusatzstoffe:

https://www.stw-rw.de/inhalte/mensa_160415_FAQs_Allergene_und_Zusatzstoffe.pdf